

 Poniedziałek 02.03.2026

OBIAD

300g **Makaron z serem twarogowym na słodko i polewą jogurtowo-cynamonową**
Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** zwyczajnej), jogurt grecki (**mleko**, żywe kultury barterii), cukier, cynamon

100g **Owoc**

200ml **Kompot z owoców mieszanych**
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Energia: 593 kcal

 Środa 04.03.2026

OBIAD

150g **Gulasz wieprzowy**
Składniki: wieprzowina łopatką, woda, marchew, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450

180g **Kopytka**
Składniki: ziemniaki, późne, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, skrobia ziemniaczana

50g **Ogórek słupek**
Składniki: ogórek

250ml **Kompot wieloowocowy**
Składniki: woda, jabłko, śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

Energia: 595 kcal

 Piątek 06.03.2026

OBIAD

100g **Kotlet z miruny**
Składniki: filet z **miruny** mrożonej (**ryba**), bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**), sól biała, pieprz

200g **Ziemniaki gotowane**
Składniki: ziemniaki, sól biała

100g **Surówka z pora, marchewki i jabłka**
Składniki: jabłko, por, marchew, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii)

250ml **Kompot z owoców mieszanych**
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Energia: 461 kcal

 Wtorek 03.03.2026

OBIAD

300g **Rosół drobiowy z makaronem**
Składniki: woda, marchew, makaron bezjajeczny z semoliny (semolina z **pszenicy** twardej), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, kurczak, tuszka, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

70g **Udko z kurczaka trybowane opiekane**
Składniki: udko trybowane bez skóry, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, papryka słodka

70g **Chleb pszenny**
Składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, olej, drożdże, cukier

Energia: 411 kcal

 Czwartek 05.03.2026

OBIAD

300ml **Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami**
Składniki: woda, ziemniaki, kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), marchew, kości, wywar, kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, cebula, czosnek, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

70g **Pulpety gotowane z piersi kurczaka**
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułki **pszenne** zwykłe (mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier), **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 450

70g **Chleb pszenny**
Składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, olej, drożdże, cukier

Energia: 410 kcal